"Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah kepada Allah (dengan menyebut nama-Nya)"
Qs 33:42

Zikir Pagi dan Petang
Dan Sesudah Shalat Fardhu



Teruntuk: Orang-orang yang kucintai karena ALLAH

Dari buku Hishnul Muslim



Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut (pada siksaanNya), serta tidak mengeraskan suara, di pagi dan sore hari. Dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai”
(Al-A’raaf, 7:205)

KEUTAMAAN BERDZIKIR

Allah عزوخلا berfirman:

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

“Karena itu, ingatlah kamu kepadaKu, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu (dengan memberikan rahmat dan peng-ampunan). Dan bersyukurlah kepada-Ku, serta jangan ingkar (pada nikmat-Ku)”. (Al-Baqarah, 2:152).

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱذۡكُرُواْ ٱللَّهَ ذِكۡرٗا كَثِيرٗا ﴿٤١﴾

“Hai, orang-orang yang beriman, ber-dzikirlah yang banyak kepada Allah (dengan menyebut namaNya)”. (Al-Ahzaab, 33:41).

وَٱلذَّٰكِرِينَ ٱللَّهَ كَثِيرٗا وَٱلذَّٰكِرَٰتِ أَعَدَّ ٱللَّهُ لَهُم

مَّغۡفِرَةً وَأَجۡرًا عَظِيمًا 

"Laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, maka Allah me-nyediakan untuk mereka pengampunan dan pahala yang agung". (Al-Ahzaab, 33:35).

وَٱذۡكُر رَّبَّكَ فِي نَفۡسِكَ تَضَرُّعٗا وَخِيفَةٗ وَدُونَ ٱلۡجَهۡرِ

مِنَ ٱلۡقَوۡلِ بِٱلۡغُدُوِّ وَٱلۡأٓصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ ٱلۡغَٰفِلِينَ



"Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut (pada siksaanNya), serta tidak mengeraskan suara, di pagi dan sore hari. Dan janganlah kamu terma-suk orang-orang yang lalai". (Al-A'raaf, 7:205).

Rasulullah صلى الله عليه و سلم bersabda:

((مَثَلُ الَّذِيْ يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِيْ لاَ يَذْكُرُ رَبَّهُ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ)).

Perumpamaan orang yang ingat akan Rabbnya dengan orang yang tidak ingat Rabbnya laksana orang yang hidup dengan orang yang mati.[1]

((أَلاَ أُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرِ أَعْمَالِكُمْ، وَأَزْكَاهَا عِنْدَ مَلِيْكِكُمْ، وَأَرْفَعِهَا فِيْ دَرَجَاتِكُمْ، وَخَيْرٍ لَكُمْ مِنْ إِنْفَاقِ الذَّهَبِ وَالْوَرِقِ، وَخَيْرٍ لَكُمْ مِنْ أَنْ تَلْقَوْا عَدُوَّكُمْ فَتَضْرِبُوْا أَعْنَاقَهُمْ وَيَضْرِبُوْا أَعْنَاقَكُمْ))؟ قَالُوْا بَلَى. قَالَ: ((ذِكْرُ اللهِ

[1] HR. Al-Bukhari dalam *Fathul Bari* 11/208. Imam Muslim meriwayatkan dengan lafazh sebagai berikut:

﴾مَثَلُ الْبَيْتِ الَّذِي يُذْكَرُ اللهُ فِيْهِ وَالْبَيْتِ الَّذِيْ لاَ يُذْكَرُ اللهُ فِيْهِ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ﴿.

"Perumpamaan rumah yang digunakan untuk dzikir kepada Allah dengan rumah yang tidak digunakan untuk dzikir, laksana orang hidup dengan yang mati". (*Shahih Muslim* 1/539).

تَعَالَى)).

"Maukah kamu, aku tunjukkan perbu-atanmu yang terbaik, paling suci di sisi Rajamu (Allah), dan paling mengangkat derajatmu; lebih baik bagimu dari infaq emas atau perak, dan lebih baik bagimu daripada bertemu dengan musuhmu, lantas kamu memenggal lehernya atau mereka memenggal lehermu?" Para sahabat yang hadir berkata: "Mau (wa-hai Rasulullah)!" Beliau bersabda: "Dzi-kir kepada Allah Yang *Maha Tinggi".*[2]

Rasulullah صلى الله عليه و سلم bersabda:

يَقُوْلُ اللهُ تَعَالَى: ((أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِيْ بِيْ، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِيْ، فَإِنْ ذَكَرَنِيْ فِيْ نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِيْ نَفْسِيْ، وَإِنْ ذَكَرَنِيْ فِيْ مَلأٍ ذَكَرْتُهُ فِيْ مَلأٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ

[2] HR. At-Tirmidzi 5/459, Ibnu Majah 2/1245. Lihat pula *Shahih Tirmidzi* 3/139 dan *Shahih Ibnu Majah* 2/316.

شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِيْ يَمْشِيْ أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً)).

Allah Ta’ala berfirman: *Aku sesuai de-ngan persangkaan hambaKu kepadaKu, Aku bersamanya (dengan ilmu dan rah-mat) bila dia ingat Aku. Jika dia meng-ingatKu dalam dirinya, Aku mengingat-nya dalam diriKu. Jika dia menyebut namaKu dalam suatu perkumpulan, Aku menyebutnya dalam perkumpulan yang lebih baik dari mereka. Bila dia mende-kat kepadaKu sejengkal, Aku mendekat kepadanya sehasta. Jika dia mendekat kepadaKu sehasta, Aku mendekat ke-padanya sedepa. Jika dia datang kepa-daKu dengan berjalan (biasa), maka Aku mendatanginya dengan berjalan cepat”.*[3]

وَعَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ بُسْرٍ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلاً قَالَ: يَا

[3] HR. Al-Bukhari 8/171 dan Muslim 4/2061. Lafazh hadits ini riwayat Al-Bukhari.

رَسُوْلَ اللهِ إِنَّ شَرَائِعَ ٱلْإِسْلاَمِ قَدْ كَثُرَتْ عَلَيَّ فَأَخْبِرْنِيْ بِشَيْءٍ أَتَشَبَّثُ بِهِ. قَالَ: ((لاَ يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللهِ)).

Dari Abdullah bin Busr رضي الله عنه *, dia berka-ta: Bahwa ada seorang lelaki berkata: "Wahai, Rasulullah! Sesungguhnya sya-ri'at Islam telah banyak bagiku, oleh karena itu, beritahulah aku sesuatu buat pegangan". Beliau bersabda: "Tidak hentinya lidahmu basah karena dzikir kepada Allah (lidahmu selalu meng-ucapkannya)."* [4]

Rasulullah صلى الله عليه و سلم bersabda:

((مَنْ قَرَأَ حَرْفًا مِنْ كِتَابِ اللهِ فَلَهُ حَسَنَةٌ، وَالْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا، لاَ أَقُوْلُ: {الم} حَرْفٌ؛ وَلَكِنْ: أَلِفٌ حَرْفٌ، وَلاَمٌ

[4] HR. At-Tirmidzi 5/458, Ibnu Majah 2/1246, lihat pula dalam *Shahih At-Tirmidzi* 3/139 dan *Shahih Ibnu Majah* 2/317.

حَرْفٌ، وَمِيْمٌ حَرْفٌ)).

"Barangsiapa yang membaca satu huruf dari Al-Qur'an, akan mendapatkan satu kebaikan. Sedang satu kebaikan akan dilipatkan sepuluh semisalnya. Aku tidak berkata: Alif laam miim, satu huruf. Akan tetapi alif satu huruf, lam satu huruf dan mim satu huruf."[5]

وَعَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قَالَ: خَرَجَ رَسُوْلُ اللهِ n وَنَحْنُ فِي الصُّفَّةِ فَقَالَ: ((أَيُّكُمْ يُحِبُّ أَنْ يَغْدُوَ كُلَّ يَوْمٍ إِلَى بُطْحَانَ أَوْ إِلَى الْعَقِيْقِ فَيَأْتِيْ مِنْهُ بِنَاقَتَيْنِ كَوْمَاوَيْنِ فِيْ غَيْرِ اِثْمٍ وَلاَ قَطِيْعَةِ رَحِمٍ؟)) فَقُلْنَا: يَا رَسُوْلَ اللهِ نُحِبُّ ذَلِكَ. قَالَ: ((أَفَلاَ يَغْدُوْ أَحَدُكُمْ إِلَى الْمَسْجِدِ فَيَعْلَمَ، أَوْ يَقْرَأَ آيَتَيْنِ مِنْ كِتَابِ اللهِ عَزَّ وَجَلَّ خَيْرٌ لَهُ مِنْ

[5] HR. At-Tirmidzi 5/175. Lihat pula *Shahih At-Tirmidzi* 3/9 dan *Shahih Jaami'ush Shaghiir* 5/340.

نَاقَتَيْنِ، وَثَلاَثٌ خَيْرٌ لَهُ مِنْ ثَلاَثٍ، وَأَرْبَعٌ خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَرْبَعٍ، وَمِنْ أَعْدَادِهِنَّ مِنَ ٱلإِبِلِ)).

Dari Uqbah bin Amir رضي الله عنه*, dia berkata: "Rasulullah* صلى الله عليه و سلم *keluar, sedang kami di serambi masjid (Madinah). Lalu beliau bersabda: "Siapakah di antara kamu yang senang berangkat pagi pada tiap hari ke Buthhan atau Al-Aqiq, lalu kem-bali dengan membawa dua unta yang besar punuknya, tanpa mengerjakan dosa atau memutus sanak?" Kami (yang hadir) berkata: "Ya kami senang, wahai Rasulullah!" Lalu beliau bersab-da: "Apakah seseorang di antara kamu tidak berangkat pagi ke masjid, lalu me-mahami atau membaca dua ayat Al-Qur'an, hal itu lebih baik baginya dari-pada dua unta. Dan (bila memahami atau membaca) tiga (ayat) akan lebih baik daripada memperoleh tiga (unta). Dan (bila memahami atau mengajar) empat ayat akan lebih baik baginya daripada memperoleh empat (unta),*

dan demikian dari seluruh bilangan unta." [6]

Rasulullah صلى الله عليه و سلم bersabda:

((مَنْ قَعَدَ مَقْعَدًا لَمْ يَذْكُرِ اللهَ فِيْهِ كَانَتْ عَلَيْهِ مِنَ اللهِ تِرَةٌ، وَمَنِ اضْطَجَعَ مَضْجَعًا لَمْ يَذْكُرِ اللهَ فِيْهِ كَانَتْ عَلَيْهِ مِنَ اللهِ تِرَةٌ)).

"Barangsiapa yang duduk di suatu tem-pat, lalu tidak berdzikir kepada Allah di dalamnya, pastilah dia mendapatkan hukuman dari Allah dan barangsiapa yang berbaring dalam suatu tempat lalu tidak berdzikir kepada Allah, pastilah mendapatkan hukuman dari Allah." [7]

((مَا جَلَسَ قَوْمٌ مَجْلِسًا لَمْ يَذْكُرُوا اللهَ فِيْهِ، وَلَمْ يُصَلُّوْا عَلَى نَبِيِّهِمْ إِلاَّ كَانَ عَلَيْهِمْ تِرَةٌ، فَإِنْ شَاءَ عَذَّبَهُمْ وَإِنْ شَاءَ

[6] HR. Muslim 1/553.
[7] HR. Abu Dawud 4/264; *Shahihul Jaami'* 5/342.

غَفَرَ لَهُمْ)).

"Apabila suatu kaum duduk di majelis, lantas tidak berdzikir kepada Allah dan tidak membaca shalawat kepada Nabi-nya, pastilah ia menjadi kekurangan dan penyesalan mereka, maka jika Allah menghendaki bisa menyiksa mereka dan jika menghendaki mengampuni mere-ka." [8]

((مَا مِنْ قَوْمٍ يَقُوْمُوْنَ مِنْ مَجْلِسٍ لاَ يَذْكُرُوْنَ اللهَ فِيْهِ إِلاَّ قَامُوْا عَنْ مِثْلِ جِيْفَةِ حِمَارٍ وَكَانَ لَهُمْ حَسْرَةً)).

"Setiap kaum yang berdiri dari suatu majelis, yang mereka tidak berdzikir ke-pada Allah di dalamnya, maka mereka laksana berdiri dari bangkai keledai dan hal itu menjadi penyesalan mereka (di hari Kiamat)." [9]

BACAAN SETELAH SALAM

[8] *Shahih At-Tirmidzi* 3/140.
[9] HR. Abu Dawud 4/264, Ahmad 2/389 dan *Shahihul Jami'* 5/176.

أَسْتَغْفِرُ اللهَ (ثلاثا) اَللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلاَمُ، وَمِنْكَ السَّلاَمُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلاَلِ وَالْإِكْرَامِ.

"Aku minta ampun kepada Allah," ***(dibaca tiga kali)***. *Lantas membaca: "Ya Allah, Engkau pemberi keselamatan, dan dariMu keselamatan, Maha Suci Engkau, wahai Tuhan Yang Pemilik Keagungan dan Kemuliaan."* [10]

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، اَللَّهُمَّ لاَ مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلاَ مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلاَ يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ.

"Tiada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagiNya. BagiNya puji dan bagi-Nya kerajaan. Dia Maha Kuasa atas se-gala sesuatu. Ya Allah, tidak ada yang mencegah apa yang Engkau berikan dan

[10] HR. Muslim 1/414.

tidak ada yang memberi apa yang Eng-kau cegah. Tidak berguna kekayaan dan kemuliaan itu bagi pemiliknya (selain iman dan amal shalihnya). Hanya dari-Mu kekayaan dan kemuliaan." [11]

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرُ. لاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ، وَلاَ نَعْبُدُ إِلاَّ إِيَّاهُ، لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُوْنَ.

"Tiada Tuhan (yang berhak disem-bah) kecuali Allah, Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagiNya. BagiNya kerajaan dan pujaan. Dia Mahakuasa atas segala sesuatu. Tidak ada daya dan kekuatan kecuali (dengan pertolongan) Allah. Tia-da

[11] HR. Al-Bukhari 1/255 dan Muslim 1/414.

Tuhan (yang hak disembah) kecuali Allah. Kami tidak menyembah kecuali kepadaNya. Bagi-Nya nikmat, anugerah dan pujaan yang baik. Tiada Tuhan (yang hak disembah) kecuali Allah, dengan memurnikan ibadah kepadaNya, sekalipun orang-orang kafir sama benci." [12]

سُبْحَانَ اللهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَاللهُ أَكْبَرُ (33 ×) لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ.

"Maha Suci Allah, segala puji bagi Allah. Dan Allah Maha Besar. ***(Tiga puluh tiga kali)****. Tidak ada Tuhan (yang hak disembah) kecuali Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagiNya. BagiNya kerajaan. BagiNya pujaan. Dia-lah Yang Mahakuasa atas segala sesuatu."* [13]

---

[12] HR. Muslim 1/415.

[13] "Barangsiapa yang membaca kalimat tersebut setiap selesai shalat, akan diampuni kesalahannya, sekalipun seperti busa laut." HR. Muslim 1/418.

Membaca surah Al-Ikhlas, Al-Falaq dan An-Naas. **(3x)**[14]

قُلۡ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمۡ يَلِدۡ وَلَمۡ يُولَدۡ ﴿٣﴾ وَلَمۡ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدُۢ ﴿٤﴾

Katakanlah: "Dia-lah Allah, yang Maha Esa. Allah adalah Rabb yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu. Dia tiada beranak dan tidak pula diperanakkan, Dan tidak ada seorangpun yang setara dengan Dia."

[14] HR. Abu Dawud 2/86, An-Nasai 3/68. Lihat pula *Shahih At-Tirmidzi* 2/8. Ketiga surat dinamakan *al-mu'awidzat*, lihat pula *Fathul Baari* 9/62.

قُلۡ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلۡفَلَقِ ﴿١﴾ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِن شَرِّ
غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّٰثَٰتِ فِي ٱلۡعُقَدِ ﴿٤﴾
وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴿٥﴾

Katakanlah: "Aku berlindung kepada Rabb yang menguasai subuh, Dari kejahatan makhluk-Nya, Dan dari kejahatan malam apabila Telah gelap gulita, Dan dari kejahatan wanita-wanita tukang sihir yang menghembus pada buhul-buhul, Dan dari kejahatan pendengki bila ia dengki."

قُلۡ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَٰهِ ٱلنَّاسِ
﴿٣﴾ مِن شَرِّ ٱلۡوَسۡوَاسِ ٱلۡخَنَّاسِ ﴿٤﴾ ٱلَّذِي يُوَسۡوِسُ فِي
صُدُورِ ٱلنَّاسِ ﴿٥﴾ مِنَ ٱلۡجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ﴿٦﴾

Katakanlah: "Aku berlidung kepada Rabb (yang memelihara dan menguasai) manusia. Raja manusia. Sembahan manusia. Dari kejahatan (bisikan) syaitan yang biasa bersembunyi, Yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia. Dari (golongan) jin dan manusia."

Membaca Ayat Kursi (Al-Baqarah: 255). [15]

ٱللَّهُ لَآ إِلَـٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلۡحَىُّ ٱلۡقَيُّومُ‌ۚ لَا تَأۡخُذُهُ ۥ سِنَةٌ۬ وَلَا نَوۡمٌ۬‌ۚ لَّهُ ۥ مَا فِى ٱلسَّمَـٰوَٲتِ وَمَا فِى ٱلۡأَرۡضِ‌ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشۡفَعُ عِندَهُ ۥۤ إِلَّا بِإِذۡنِهِۦ‌ۚ يَعۡلَمُ مَا بَيۡنَ أَيۡدِيهِمۡ وَمَا خَلۡفَهُمۡ‌ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىۡءٍ۬ مِّنۡ عِلۡمِهِۦۤ إِلَّا بِمَا شَآءَ‌ۚ

[15] "Barangsiapa membacanya setiap selesai shalat, tidak yang menghalanginya masuk Surga selain mati." HR. An-Nasai dalam *Amalul Yaum wal Lailah* No. 100 dan Ibnus Sinni no. 121, dinyatakan shahih oleh Al-Albani dalam *Shahih Al-Jami'* 5/329 dan *Silsilah Hadits Shahih*, 2/697 no. 972.

وَسِعَ كُرۡسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضَۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفۡظُهُمَاۚ

وَهُوَ ٱلۡعَلِيُّ ٱلۡعَظِيمُ 

Allah, tidak ada Rabb (yang berhak disembah) melainkan dia yang hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. tiada yang dapat memberi syafa'at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha besar.

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ

يُحْيِيْ وَيُمِيْتُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ. (**10**× بعد صلاة المغرب والصبح)

"Tiada Tuhan (yang berhak disem-bah) kecuali Allah Yang Maha Esa, tiada sekutu bagiNya, bagiNya kerajaan, bagi-Nya segala puja. Dia-lah yang menghi-dupkan (orang yang sudah mati atau memberi roh janin yang akan dilahirkan) dan yang mematikan. Dia-lah Yang Mahakuasa atas segala sesuatu." ***(Dibaca sepuluh kali setiap sesudah shalat Maghrib dan Subuh)*** [16]

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلاً مُتَقَبَّلاً.

"Ya Allah! Sesungguhnya aku mo-hon kepadaMu ilmu yang bermanfaat, rezeki yang halal dan amal yang diterima." ***(Dibaca setelah salam shalat Subuh)*** [17]

---

[16] HR. At-Tirmidzi 5/515, Ahmad 4/227. Untuk takhrij hadits tersebut, lihat di *Zaadul Ma'aad* 1/300.

[17] HR. Ibnu Majah dan ahli hadits yang lain. Lihat kitab *Shahih Ibnu Majah* 1/152 dan *Majma'uz Zawaaid* 10/111.

BACAAN DI WAKTU PAGI DAN SORE

Membaca ta'awudz

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم

Aku berlindung kepada Allah dari godaan syaitan yang terkutuk.

Membaca Ayat Kursi (Al-Baqarah: 255).[18]

ٱللَّهُ لَآ إِلَـٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلۡحَىُّ ٱلۡقَيُّومُ‌ۚ لَا تَأۡخُذُهُ ۥ سِنَةٌ۬ وَلَا

نَوۡمٌ۬‌ۚ لَّهُ ۥ مَا فِى ٱلسَّمَـٰوَٲتِ وَمَا فِى ٱلۡأَرۡضِ‌ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى

---

[18] "Barangsiapa membaca kalimat ini ketika pagi hari, maka ia dijaga dari (ganguan) jin hingga sore hari. Dan barangsiapa mengucapkannya ketika sore hari, maka ia dijaga dari (ganguan) jin hingga pagi hari." HR. Al-Hakim, 1/562. Al-Albani berpendapat hadits tersebut shahih dalam *Shahih At-Targhib wat Tarhib* 1/273 dan beliau menisbatkan hadits tersebut kepada An-Nasa'i dan Ath-Thabrani, beliau berkata, isnad Ath-Thabrani *jayyid*'.

يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا
خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ
وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ 

Allah, tidak ada Rabb (yang berhak disembah) melainkan dia yang hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. tiada yang dapat memberi syafa'at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. dan Allah tidak

merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha besar.

Membaca surah Al-Ikhlas, Al-Falaq dan An-Naas. **(3x)**

قُلۡ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ١ ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ٢ لَمۡ يَلِدۡ وَلَمۡ يُولَدۡ ٣ وَلَمۡ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدُۢ ٤

Katakanlah: "Dia-lah Allah, yang Maha Esa. Allah adalah Rabb yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu. Dia tiada beranak dan tidak pula diperanakkan, Dan tidak ada seorangpun yang setara dengan Dia."

قُلۡ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلۡفَلَقِ ١ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ٢ وَمِن شَرِّ

غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ٣ وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّٰثَٰتِ فِي ٱلۡعُقَدِ ٤

وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ٥

Katakanlah: "Aku berlindung kepada Rabb yang menguasai subuh, Dari kejahatan makhluk-Nya, Dan dari kejahatan malam apabila Telah gelap gulita, Dan dari kejahatan wanita-wanita tukang sihir yang menghembus pada buhul-buhul, Dan dari kejahatan pendengki bila ia dengki."

قُلۡ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ ١ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ٢ إِلَٰهِ ٱلنَّاسِ

٣ مِن شَرِّ ٱلۡوَسۡوَاسِ ٱلۡخَنَّاسِ ٤ ٱلَّذِي يُوَسۡوِسُ فِي

صُدُورِ ٱلنَّاسِ ٥ مِنَ ٱلۡجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ٦

Katakanlah: "Aku berlidung kepada Rabb (yang memelihara dan menguasai) manusia. Raja manusia. Sembahan manusia. Dari kejahatan (bisikan) syaitan yang biasa bersembunyi, Yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia. Dari (golongan) jin dan manusia." [19]

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرُ. رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

"Kami telah memasuki waktu pagi dan kerajaan

[19] "Barangsiapa membaca tiga surat tersebut tiga kali setiap pagi dan sore hari, maka itu (tiga surat tersebut) cukup baginya dari segala sesuatu." HR. Abu Dawud 4/322, At-Tirmidzi 5/567 dan lihat *Shahih At-Tirmidzi* 3/182.

hanya milik Allah, segala puji bagi Allah. Tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) kecuali Allah Yang Maha Esa, tiada sekutu bagiNya. Bagi-Nya kerajaan dan bagiNya pujian. Dia-lah Yang Mahakuasa atas segala se-suatu. Hai Tuhan, aku mohon kepada-Mu kebaikan di hari ini dan kebaikan sesudahnya. Aku berlindung kepadaMu dari kejahatan hari ini dan kejahatan sesudahnya. Wahai Tuhan, aku berlin-dung kepadaMu dari kemalasan dan kejelekan di hari tua. Wahai Tuhan! Aku berlindung kepadaMu dari siksaan di Neraka dan kubur."

Kalau sore hari membaca:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ. رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا

بَعْدَهَا ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

"Kami telah memasuki waktu sore dan kerajaan hanya milik Allah, segala puji bagi Allah. Tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) kecuali Allah Yang Maha Esa, tiada sekutu bagiNya. Bagi-Nya kerajaan dan bagiNya pujian. Dia-lah Yang Mahakuasa atas segala se-suatu. Hai Tuhan, aku mohon kepada-Mu kebaikan di malam ini dan kebaikan sesudahnya. Aku berlindung kepadaMu dari kejahatan malam ini dan kejahatan sesudahnya. Wahai Tuhan, aku berlin-dung kepadaMu dari kemalasan dan kejelekan di hari tua. Wahai Tuhan! Aku berlindung kepadaMu dari siksaan di Neraka dan kubur." [20]

اَللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ

[20] HR. Muslim 4/2088.

وَإِلَيْكَ النُّشُوْرُ.

"Ya Allah, dengan rahmat dan pertolonganMu kami memasuki waktu pagi, dan dengan rahmat dan perto-longanMu kami memasuki waktu sore. Dengan rahmat dan pertolonganMu kami hidup dan dengan kehendakMu kami mati. Dan kepadaMu kebangkitan (bagi semua makhluk)."

Kalau sore hari membaca:

اَللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ

وَإِلَيْكَ الْمَصِيْرُ.

"Ya Allah, dengan rahmat dan pertolonganMu kami memasuki waktu sore, dan dengan rahmat dan perto-longanMu kami memasuki waktu pagi. Dengan rahmat dan pertolonganMu kami hidup dan dengan kehendakMu kami mati. Dan kepadaMu tempat kembali (bagi semua

makhluk)" [21]

اَللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّيْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، خَلَقْتَنِيْ وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْ لِيْ فَإِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ إِلاَّ أَنْتَ.

"Ya Allah! Engkau adalah Tuhanku, tidak ada Tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau, Engkau-lah yang mencip-takan aku. Aku adalah hambaMu. Aku akan setia pada perjanjianku denganMu semampuku. Aku berlindung kepadaMu dari kejelekan yang kuperbuat. Aku mengakui nikmatMu kepadaku dan aku mengakui dosaku, oleh karena itu, ampunilah aku. Sesungguhnya tiada yang mengampuni dosa

[21]. HR. At-Tirmidzi 5/466, dan lihat *Shahih At-Tirmidzi* 3/142.

kecuali Engkau.” [22]

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَصْبَحْتُ أُشْهِدُ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلاَئِكَتَكَ وَجَمِيْعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيْكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُوْلُكَ.

(×**4**)

“Ya Allah! Sesungguhnya aku di waktu pagi ini mempersaksikan Engkau, malaikat yang memikul arasyMu, malai-kat-malaikat dan seluruh makhlukMu, bahwa sesungguhnya Engkau adalah Allah, tiada Tuhan yang berhak disem-bah kecuali Engkau Yang Maha Esa, tiada sekutu bagiMu dan sesungguhnya Muhammad adalah hamba dan utusan-Mu.” **(Dibaca empat kali)**

Kalau sore hari membaca:

[22] “Barangsiapa membacanya dengan yakin ketika sore hari, lalu ia meninggal dunia pada malam itu, maka ia masuk Surga. Dan demikian juga ketika pagi hari.” HR. Al-Bukhari 7/150.

اللَّهُمَّ إِنِّيْ أَمْسَيْتُ أُشْهِدُ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلاَئِكَتَكَ وَجَمِيْعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيْكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُوْلُكَ.

(×4)

"Ya Allah! Sesungguhnya aku di waktu sore ini mempersaksikan Engkau, malaikat yang memikul arasyMu, malai-kat-malaikat dan seluruh makhlukMu, bahwa sesungguhnya Engkau adalah Allah, tiada Tuhan yang berhak disem-bah kecuali Engkau Yang Maha Esa, tiada sekutu bagiMu dan sesungguhnya Muhammad adalah hamba dan utusan-Mu." **(Dibaca empat kali)** [23]

[23] "Barangsiapa membaca doa ini ketika pagi dan sore hari sebanyak empat kali, maka Allah akan membebaskannya dari api Neraka." HR. Abu Dawud 4/317, Al-Bukhari dalam *Al-Adabul Mufrad* no. 1201, An-Nasai dalam kitab *'Amalul Yaum wal Lailah* no. 9 halaman 138, Ibnu Sunni no. 70, Syaikh Abdul Aziz bin Abdullah bin Baaz menyatakan, bahwa sanad hadits Abu Dawud dan An-Nasai adalah *hasan*, lihat juga *Tuhfatul Akhyar*, halaman 23.

اَللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِيْ مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيْكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

"Ya Allah! Nikmat yang kuterima atau diterima oleh seseorang di antara makhlukMu di pagi ini adalah dariMu. Maha Esa Engkau, tiada sekutu bagi-Mu. BagiMu segala puji dan kepadaMu panjatan syukur (dari seluruh makhluk-Mu)."

Kalau sore hari membaca:

اَللَّهُمَّ مَا أَمْسَى بِيْ مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيْكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

"Ya Allah! Nikmat yang kuterima atau diterima oleh seseorang di antara makhlukMu di sore ini adalah dariMu. Maha Esa Engkau, tiada sekutu bagi-Mu. BagiMu segala puji dan kepadaMu

panjatan syukur (dari seluruh makhluk-Mu).”[24]

اَللَّهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اَللَّهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ، اَللَّهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. اَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. (3×)

“Ya Allah! Selamatkan tubuhku (da-ri penyakit dan yang tidak aku inginkan). Ya Allah, selamatkan pendengaranku (dari penyakit dan maksiat atau sesuatu yang tidak aku inginkan). Ya Allah, selamatkan penglihatanku, tiada Tuhan (yang berhak disembah) kecuali Eng-kau. Ya Allah! Sesungguhnya aku berlin-dung kepadaMu

---

[24] “Barangsiapa yang membacanya di pagi hari, maka sungguh telah bersyukur pada hari itu. Barangsiapa yang membaca ini di sore hari, maka sung-guh telah bersyukur pada malam itu.” HR. Abu Dawud 4/318, An-Nasai dalam kitab *‘Amalul Yaumi wal Lailah* no. 7, halaman 137, Ibnu Sunni no. 41, halaman 23 Ibnu Hibban (Mawaarid) no. 2361. Abdul Aziz bin Baz menyatakan, bahwa sanad hadits tersebut hasan, lihat *Tuhfatul Akhyar*, halaman 24.

*dari kekufuran dan kefakiran. Aku berlindung kepadaMu dari siksa kubur, tiada Tuhan (yang berhak disembah) kecuali Engkau."***(Dibaca tiga kali di waktu pagi dan sore)**[25]

حَسْبِيَ اللهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ. (×7)

"Allah-lah yang mencukupi (segala kebutuhanku), tiada Tuhan (yang ber-hak disembah) kecuali Dia, kepadaNya aku bertawakal. Dia-lah Tuhan yang menguasai 'Arsy yang agung." **(Dibaca tujuh kali waktu pagi dan sore)**[26]

[25] HR. Abu Dawud 4/324, Ahmad 5/42, An-Nasai dalam *'Amalul Yaum wal Lailah* no. 22, halaman 146, Ibnus Sunni no. 69. Al-Bukhari dalam *Al-Adabul Mufrad*. Syaikh Abdul Aziz bin Baaz menyatakan sanad hadits tersebut hasan. Lihat juga *Tuhfatul Akhyar*, halaman 26.

[26] "Barangsiapa membacanya ketika pagi dan sore hari sebanyak tujuh kali, maka Allah akan mencukupkan baginya dari perkara dunia dan akhirat yang menjadi perhatiannya." H.R. Ibnus Sunni no. 71 secara *marfu'* dan Abu Dawud secara *mauquf* 4/321. Syu'aib dan Abdul Qadir Al-Arnauth berpendapat, isnad hadits tersebut shahih. Lihat *Zaadul Ma'ad* 2/376.

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِيْنِيْ وَدُنْيَايَ وَأَهْلِيْ وَمَالِيْ. اَللَّهُمَّ احْفَظْنِيْ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِيْ، وَعَنْ يَمِيْنِيْ وَعَنْ شِمَالِيْ، وَمِنْ فَوْقِيْ، وَأَعُوْذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِيْ.

"Ya Allah! Sesungguhnya aku memohon kebajikan dan keselamatan di dunia dan akhirat. Ya Allah, sesung-guhnya aku memohon kebajikan dan keselamatan dalam agama, dunia, ke-luarga dan hartaku. Ya Allah, tutupilah auratku (aib dan sesuatu yang tidak layak dilihat orang) dan tenteramkanlah aku dari rasa takut. Ya Allah! Peli-haralah aku dari muka, belakang, ka-nan, kiri dan atasku. Aku berlindung dengan kebesaranMu, agar aku tidak disambar dari bawahku (oleh ulat atau bumi pecah yang

membuat aku jatuh dan lain-lain)." [27]

اَللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِيْ سُوْءًا أَوْ أَجُرُّهُ إِلَى مُسْلِمٍ.

"Ya Allah! Yang Maha Mengetahui yang ghaib dan yang nyata, wahai Tuhan pencipta langit dan bumi, Tuhan segala sesuatu dan yang merajainya. Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan yang hak kecuali Engkau. Aku berlindung kepadaMu dari kejahatan diriku, setan dan balatentaranya, dan aku (berlindung kepadaMu) dari berbuat kejelekan terhadap diriku atau menyeret-nya kepada seorang muslim." [28]

[27] HR. Abu Dawud dan Ibnu Majah, lihat *Shahih Ibnu Majah* 2/332.
[28] HR. At-Tirmidzi dan Abu Dawud. Lihat kitab *Shahih At-Tirmidzi* 3/142.

بِسْمِ اللهِ لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي اْلأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ. (3×)

"Dengan nama Allah yang bila dise-but, segala sesuatu di bumi dan langit tidak akan berbahaya, Dia-lah Yang Ma-ha Mendengar lagi Maha Mengetahui." **(Dibaca tiga kali)**[29]

رَضِيْتُ بِاللهِ رَبًّا، وَبِاْلإِسْلاَمِ دِيْنًا، وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا. (3×)

"Aku rela Allah sebagai Tuhan, Islam sebagai agama dan Muhammad sebagai nabi (yang diutus oleh Allah)." **(Dibaca tiga kali)**[30]

---

[29] "Barangsiapa membacanya sebanyak tiga kali ketika pagi dan sore hari, maka tidak ada sesuatu pun yang membahayakan dirinya." HR. Abu Dawud 4/323, At-Tirmidzi 5/465, Ibnu Majah dan Ahmad. Lihat *Shahih Ibnu Majah* 2/332, Al-Allamah Ibnu Baaz berpendapat, isnad hadits tersebut hasan dalam *Tuhfatul Akhyar* hal. 39.

[30] "Barangsiapa membacanya sebanyak tiga kali ketika pagi dan sore hari, maka hak Allah memberikan keridhaanNya kepadanya pada hari Kiamat." HR. Ahmad 4/337, An-Nasa'i dalam *'Amalul Yaum wal Lailah* no. 4 dan Ibnus Sunni no. 68. Abu Daud 4/418, At-Tirmidzi 5/465 dan Ibnu Baaz berpendapat, hadits tersebut hasan dalam *Tuhfatul Akhyar*, hal. 39.

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ وَلاَ تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ.

"Wahai Tuhan Yang Maha Hidup, wahai Tuhan Yang Berdiri Sendiri (tidak butuh segala sesuatu), dengan rahmat-Mu aku minta pertolongan, perbaikilah segala urusanku dan jangan diserahkan kepadaku sekalipun sekejap mata (tan-pa mendapat pertolongan dariMu)." [31]

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ، اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ: فَتْحَهُ، وَنَصْرَهُ وَنُوْرَهُ، وَبَرَكَتَهُ، وَهُدَاهُ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْهِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ.

"Kami masuk pagi, sedang kerajaan hanya milik Allah, Tuhan seru sekalian alam. Ya Allah,

[31] HR. Al-Hakim, menurut pendapatnya, hadits tersebut adalah shahih, dan Imam Adz-Dzahabi me-nyetujuinya, lihat kitabnya 1/545, dan *Shahih At-Targhib wat Tarhib* 1/273.

sesungguhnya aku me-mohon kepadaMu agar memperoleh ke-baikan, pembuka (rahmat), pertolongan, cahaya, berkah dan petunjuk di hari ini. Aku berlindung kepadaMu dari kejelekan apa yang ada di dalamnya dan keja-hatan sesudahnya."

Kalau sore hari membaca:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ، اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذِهِ اللَّيْلَةِ؛ فَتْحَهَا، وَنَصْرَهَا وَنُوْرَهَا، وَبَرَكَتَهَا، وَهُدَاهَا، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْهَا وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا.

"Kami masuk sore, sedang kerajaan hanya milik Allah, Tuhan seru sekalian alam. Ya Allah, sesungguhnya aku me-mohon kepadaMu agar memperoleh ke-baikan, pembuka (rahmat), pertolongan, cahaya, berkah dan petunjuk di malam ini. Aku berlindung kepadaMu dari

kejelekan apa yang ada di dalamnya dan kejahatan sesudahnya.” [32]

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ ٱلْإِسْلاَمِ وَعَلَى كَلِمَةِ ٱلْإِخْلاَصِ، وَعَلَى دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِيْنَا إِبْرَاهِيْمَ، حَنِيْفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ.

“Di waktu pagi kami memegang agama Islam, kalimat ikhlas, agama Nabi kita Muhammad n, dan agama ayah kami Ibrahim, yang berdiri di atas jalan yang lurus, muslim dan tidak tergolong orang-orang musyrik.”

Kalau sore hari membaca:

أَمْسَيْنَا عَلَى فِطْرَةِ ٱلْإِسْلاَمِ وَعَلَى كَلِمَةِ ٱلْإِخْلاَصِ، وَعَلَى دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِيْنَا

[32] HR. Abu Dawud 4/322 serta Syu’ab dan Abdul Qadir Al-Arnauth dalam *Tahqiq Zadul Ma’ad*, 2/273.

إِبْرَاهِيْمَ، حَنِيْفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ.

"Di waktu sore kami memegang agama Islam, kalimat ikhlas, agama Nabi kita Muhammad n, dan agama ayah kami Ibrahim, yang berdiri di atas jalan yang lurus, muslim dan tidak tergolong orang-orang musyrik." [33]

سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهِ. (100×)

"Maha Suci Allah, aku memujiNya." **(Dibaca seratus kali)** [34]

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللّٰهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرُ. (10× أو 1× عند الكسل)

"Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagiNya.

[33] HR. Ahmad 3/406-407, 5/123. Lihat juga *Shahihul Jami'* 4/290. Ibnus Sunni juga meriwayatkannya di *'Amalul Yaum wal Lailah* no. 34.

[34] HR. Muslim 4/2071.

BagiNya kerajaan dan segala pujian. Dia-lah yang berkuasa atas segala sesuatu.” **(Dibaca sepuluh kali, atau cukup sekali dalam keadaan malas)** [35]

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ. (100× إذا أصبح)

“Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagiNya. BagiNya kerajaan dan segala pujian. Dia-lah yang berkuasa atas segala sesuatu.” **(Dibaca seratus kali setiap pagi hari)** [36]

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ

[35] HR. Abu Dawud 4/319, Ibnu Majah dan Ahmad 4/60. Lihat *Shahih At-Targhib wat Tarhib* 1/270, *Shahih Abu Dawud* 3/957, *Shahih Ibnu Majah* 2/331, dan *Zadul Ma’ad* 2/377.

[36] “Barangsiapa membacanya sebanyak seratus kali dalam sehari, maka baginya (pahala) seperti memerdekakan sepuluh budak, ditulis seratus kebaikan, dihapus darinya seratus keburukan, baginya perlindung-an dari setan pada hari itu hingga sore hari. Tidaklah seseorang itu dapat mendatangkan yang lebih baik dari apa yang dibawanya kecuali ia melakukan lebih banyak lagi dari itu.” HR. Al-Bukhari 4/95; Muslim 4/2071.

عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ. (3× إذا أصبح)

"Maha Suci Allah, aku memujiNya sebanyak makhlukNya, sejauh kerela-anNya, seberat timbangan arasyNya dan sebanyak tinta tulisan kalimatNya." **(Dibaca tiga kali setiap pagi hari)** [37]

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلاً مُتَقَبَّلاً.

(إذا أصبح)

"Ya Allah, sungguh aku memohon kepadaMu ilmu yang manfaat, rizki yang baik dan amal yang diterima" **(Dibaca pagi hari)** [38]

أَسْتَغْفِرُ اللهَ وَأَتُوْبُ إِلَيْهِ. (100× في اليوم)

---

[37] HR. Muslim 4/2090.

[38] HR. Ibnu As-Sunni dalam *'Amalul Yaum wal Lailah,* no. 54, dan Ibnu Majah no. 925. Isnadnya hasan menurut Abdul Qadir dan Syu'aib Al-Arna'uth dalam tahqiq *Zad Al-Ma'ad 2/375.*

*"Aku memohon ampun kepada Allah dan bertobat kepadaNya"***(Dibaca 100 kali dalam sehari)**[39]

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ. (3× إذا أمسى)

"Aku berlindung dengan kalimat-kali-mat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk yang diciptakanNya." **(Dibaca 3 kali pada sore)**[40]

اَللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ. (10×)

"Ya Allah, limpahkanlah shalawat dan salam kepada Nabi kami Muhammad." **(Dibaca 10 kali)**[41]

---

[39] HR. Al-Bukhari dengan *Fathul Bari* 11/101, dan Muslim 4/2075.

[40] "Barangsiapa membaca doa ini pada sore hari sebanyak tiga kali, tidak berbahaya baginya sengatan (binatang berbisa) pada malam itu". HR. Ahmad 2/290, An-Nasa'i dalam *'Amalul Yaum wal Lailah*, no. 590 dan Ibnu Sunni no. 68. Lihat *Shahih At-Tirmidzi* 3/187, *Shahih Ibnu Majah* 2/266 dan *Tuhfatul Akhyar*, hal. 45.

[41] "Barangsiapa bershalawat untukku sepuluh kali pada pagi hari, dan

Tahukah kamu, sesungguhnya yang paling dekat dengan kita ialah KEMATIAN, yang paling jauh adalah MASA LALU, yang paling besar adalah HAWA NAFSU, yang paling berat adalah MEMEGANG AMANAH, yang paling ringan didunia ini adalah MENINGGALKAN SHALAT, yang paling tajam di dunia ini adalah LIDAH MANUSIA. (Imam Ghazali)

Keberuntungan terbesar di dunia adalah engkau menyibukkan diri dengan segala hal yang lebih utama dan lebih bermanfaat untuk hari esok. (Ibnul Qayyim رحمه الله).

Ibnu Mas'ud berkata رضي الله عنهم : "Tidaklah rasa penyesalanku terasa sangat, kecuali ketika terbenamnya matahari, telah berkurang umurku akan tetapi tidak bertambah ilmu ilmu dan amalanku"

Hasan Al-Basri رحمه الله berkata : "aku tahu rezekiku tak mungkin diambil orang lain, karenanya hatiku tenang. Aku tahu amal -amalku tidak mungkin

sepuluh kali pada sore hari, men-dapatkan syafaatku pada hari Kiamat." HR. At-Thabrani melalui dua isnad, keduanya baik. Lihat *Majma' Az-Zawaid* 10/120 dan *Shahih At-Targhib wat Tarhib* 1/273.

dilakukan orang lain, maka aku sibukkan diriku untuk beramal. Aku tahu Allah عزوجلا selalu melihatku, karenanya aku malu bila Allah عزوجلا mendapatiku melakukan maksiat. Aku tahu kematian menantiku, maka kupersiapkan bekal untuk berjumpa dengan Rabbku, Allah عزوجلا"

Abdullah bin Mubarak رحمه الله berkata : "Jika kamu keluar dari rumahmu, janganlah kamu melihat seorang muslim kecuali kamu mengatakan 'dia lebih dari saya', jika kamu bertemu yang lebih tua, katakan 'dia lebih dahulu masuk Islam dan lebih dahulu beramal shaliih dari pada saya', jika kamu bertemu dengan yang lebih muda, maka katakanlah 'aku lebih dahulu berbuat dibandingkan dia', berarti dia lebih baik dari saya"

Ingatlah, menyia –nyiakan waktu itu lebih berbahaya dari kematian, karena menyia – nyiakan waktu itu memutuskanmu dari Allah عزوجلا dan hari akhirat, sedangkan kematian hanya memutuskanmu dari dunia dan seisinya (Ibnul Qayyim رحمه الله)

Dan sebutlah (nama) Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut (pada siksaanNya), serta tidak mengeraskan suara, di pagi dan sore hari. Dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai”
(Al-A’raaf, 7:205)

مكتبـــه حافظـة الحسنيّه (أزكىٰ)
مـن الكتـاب حصـن المسـلم